



Kompetenzzentrum
für Adipositaschirurgie



**ADIPOSITAS-CENTRUM
MÜNSTER**

im Herz-Jesu-Krankenhaus



VOM ÜBERGEWICHT INS GLEICHGEWICHT

DAUERHAFT ABNEHMEN

Mit Unterstützung des zertifizierten
Adipositaszentrums im Herz-Jesu-Krankenhaus

Informationsbroschüre
für Patienten und Angehörige

Alle Infos gibt's auch online:
www.AdipositasCentrum.de

GUT, DASS SIE DA SIND. Herzlich willkommen.

WILLKOMMEN

Es ist unser aller Wunsch, ein Leben im Gleichgewicht zu führen – glücklich, gesund und zufrieden. Ohne die unnötigen Einschränkungen, die den Alltag und unser Wohlbefinden belasten. Und vor allem: Ohne Krankheiten.

Übergewicht ist eine dieser Einschränkungen. Es belastet. Körperlich, aber auch seelisch. Es macht uns schwerfällig, langsam und behäbig. Oft nagt es an unserer Selbstachtung. Übergewicht führt dazu, dass wir uns nicht wohl fühlen in unserer Haut. Dass wir von anderen mitleidig betrachtet werden. Und nicht selten richtet es schwere gesundheitliche Folgeschäden an.

Was viele nicht wissen: Übergewicht und Fettsucht können krankhaft sein. In der Schulmedizin spricht man dann von Adipositas als eigenständiger Krankheit.

Zum Krankheitsbild gehört, dass alle Versuche, die überschüssigen Kilos dauerhaft abzubauen, misslingen. Der Wille ist da, aber ihn auch umzusetzen, scheint unmöglich. Eine schier aussichtslose Situation.

Doch es gibt Wege aus dieser Situation heraus. Unser Adipositas-Team setzt genau da an. Es hilft weiter, wenn scheinbar gar nichts mehr geht und steht bereit, den Kampf gegen die Pfunde doch noch zu gewinnen. Für dieses Ziel arbeitet eine ganze Expertengruppe Hand in Hand: Ernährungsberater und Fachärzte, Sporttherapeuten und Psychologen.

Vertrauen Sie uns. Informieren Sie sich über Ihre Möglichkeiten. Für einen Zugewinn an Fitness und Gesundheit. Für ein neues Körpergefühl. Und für ein Leben im Gleichgewicht.

**Ihr Adipositas-Team
im Herz-Jesu Krankenhaus Münster**

Daten und Fakten morbid Adipositas

- Führt zu 320.000 Todesopfern in Europa jedes Jahr.
- Verringert im Erwachsenenalter die Lebenserwartung um sieben Jahre.

PATIENTENSEMINAR „DAS MÜNSTERKONZEPT“

WEBINAR: 2x pro Woche laden wir Sie ein, sich bequem von zuhause aus zuzuschalten. Anmeldung via Website oder den QR Code.



PATIENTENSEMINAR „LIFE“: 1x im Monat heißen wir Sie im Herz-Jesu-Krankenhaus persönlich willkommen. Bitte melden Sie sich hierfür telefonisch an.

„Massives Übergewicht ist eine chronische Erkrankung. Und die Suche nach medizinischer Hilfe daher hoffentlich eine Selbstverständlichkeit.“

Dr. Canan Toksoy

Wie Ihr Gewicht zu gewichten ist:

WANN SPRECHEN WIR VON ADIPOSITAS?

Übergewicht ist keine Seltenheit und leichtes Übergewicht sicher noch kein Grund zu übermäßiger Sorge. Maß zu halten auch beim Essen und ausreichende Bewegung sind gleichwohl eine entscheidende Voraussetzung für ein Leben in Gesundheit. Adipositas, ein schon krankhaftes Übergewicht also, gilt in unseren Tagen als zentraler Risikofaktor für überaus gefährliche Folgeerkrankungen – Diabetes zum Beispiel oder Hypertonie. Auch die Belastung unseres Bewegungsapparats durch Übergewicht ist erheblich.

20 bis 30 % der Bevölkerung leiden an Adipositas – Tendenz steigend. Auch deshalb spricht die Weltgesundheitsorganisation WHO bereits seit langem von einer Epidemie.

Die Ursachen sind vielfältig. Die Umstände, aber auch genetische Prägungen können zu krankhaftem Übergewicht führen, und die Forschung dazu läuft. Klar aber ist, unter welchen Bedingungen diagnostisch von einer Adipositas die Rede sein sollte. Sie sind auch in Eigenregie einfach zu prüfen: BMI und Taillenumfang.



Der BMI

Der sogenannte Body Mass Index (BMI) bewertet mit Hilfe einer einfachen Formel das Verhältnis von Größe und Gewicht.

Die Formel lautet:

$$\frac{\text{Körpergewicht in kg}}{\text{Körpergröße in Meter} \times \text{Körpergröße in Meter}}$$

Beispiel: Ein Mann wiegt 125 kg bei einer Größe von 1,80 Metern.

Berechnung BMI: $\frac{125}{1,80 \times 1,80} = \text{BMI } 38,58$

Von Übergewicht spricht man in der Regel ab einem BMI von 25. Liegt der BMI über 30, lautet die Diagnose Adipositas. Mit zunehmendem BMI steigt das Risiko für Begleiterkrankungen und auch das Sterblichkeitsrisiko. Die operative Behandlung ist in der Regel nur bei Adipositas ab BMI 35 vorgesehen.

Die morbid Adipositas gilt definitiv als genetisch bedingte und chronische Erkrankung. Und das heißt: die Betroffenen können sich in der Regel nicht mehr selbst helfen.

Der Taillenumfang

Da der BMI nicht zwischen Muskelmasse und Fettmasse unterscheidet, hat sich daneben ein zweiter, ergänzender Indikator für Adipositas etabliert: der Taillenumfang. Denn gerade die Fettpolster im Bauchbereich gelten als besonders belastend für den Körper.

Der Taillenumfang wird wie folgt bewertet:

Bei Männern:

- > 94 cm = erhöhtes Risiko
- > 102 cm = deutlich erhöhtes Risiko

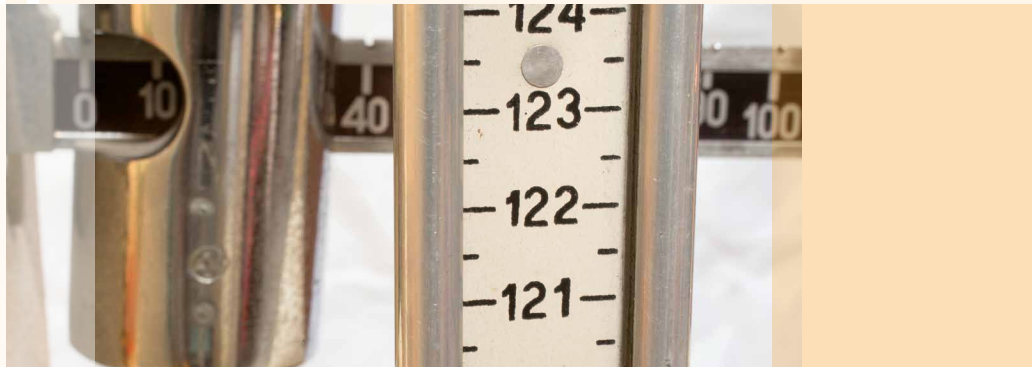
Bei Frauen:

- > 80 cm = erhöhtes Risiko
- > 88 cm = deutlich erhöhtes Risiko

BMI:

- < 20 = Untergewicht
- 20 - 25 = Normalgewicht
- 26 - 30 = Übergewicht
- ab 30 = Adipositas
- 31 - 35 = erhöhtes Risiko
- 35 - 40 = hohes Risiko
- > 40 = sehr hohes Risiko

BMI



Wie löst man ein schweres Problem?

ZUSAMMEN FÄLLT ES LEICHTER

ZUSAMMEN

Wir lassen Sie mit Ihren Gewichtsproblemen nicht allein. Im Gegenteil: Bei uns kümmert sich ein komplettes Expertenteam darum, sie zusammen mit Ihnen in den Griff zu bekommen. **Und das nachhaltig.**



Dieses Engagement von verschiedenen Spezialisten für Ihre Gesundheit ist nötig – wenngleich es nicht selbstverständlich ist. Denn so verschieden die Ursachen für Übergewicht sind, so individuell sind die Lösungswege. Zwar bleibt das A und O für ein Leben im Gleichgewicht eine richtige Ernährung. Doch auch ein paar gewöhnliche Bewegungstipps für den Alltag können weiterhelfen. Oder einfache Verhaltensregeln, die dabei helfen, schlechte Gewohnheiten zu durchbrechen.

**Wir finden den besten Weg für Sie heraus.
Versprochen.**



Im Überblick

Unser Therapieangebot gegen die Pfunde

Phase I

- Ernährungsmed. Betreuung
- Individuelle Ernährungsberatung
- Gruppenschulung Ernährung
- Bewegungsangebote und Fitnessprogramme
- Psychologische Unterstützung

Phase II (optional)

- Einsatz von Medikamenten
(nach ernährungsmed. Einschätzung)

Phase III

- Minimalinvasiver chirurgischer Eingriff am Magen

Phase IV

- Nachbetreuung

ZUSAMMEN





Das dicke Ende vermeiden
LÖSUNGEN DER CHIRURGIE

Eine eigenständige Methode zur Gewichtsabnahme ist die Magenoperation sicher nicht. Die Änderung von Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten kann sie nicht ersetzen, denn auch ihr Erfolg hängt genau davon ab. Aber: eine Operation am Magen kann den Körper immerhin dazu bringen, von sich aus mit der Gewichtsabnahme zu beginnen.

Und die Erfahrung zeigt: keine andere Strategie ist effektiver. Keine verspricht mehr Erfolg – auch auf Dauer.

LÖSUNGEN

Trotzdem gilt: Eine Operation bleibt eine Operation. Leitlinien helfen dabei, herauszufinden, ob eine Operation durchgeführt werden kann. Hierzu müssen Kriterien bestimmt werden. Die wichtigsten sind:

1. Der BMI des Patienten muss über 40 liegen. Mindestens aber über 35, wenn darüber hinaus bereits Folgeerkrankungen wie Diabetes mellitus, Hypertonus oder Gelenkverschleiß vorliegen.
2. Alle anderen Methoden und Maßnahmen zur Gewichtsabnahme sind nachweislich gescheitert.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie sich für den Weg der Chirurgie interessieren. Informieren Sie sich über die Chancen und Risiken. Erfragen Sie bei uns die exakten Bedingungen für eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen.

Wir beraten Sie gern.

LÖSUNGEN



Erfolge der Adipositas-Chirurgie.

Die Fakten:

- Begleiterkrankungen wie Diabetes oder Hypertonie verbessern sich erheblich oder verschwinden völlig.
- Über 2/3 der Patienten verlieren mindestens 50 % ihres überschüssigen Gewichts und legen es über 10 Jahre und länger nicht wieder zu.



Technische Fragen

SCHLAUCHMAGEN ODER BYPASS?

Alle Lösungen der Chirurgie im Umgang mit dem Krankheitsbild Adipositas laufen letztlich auf ein gemeinsames Ziel hinaus. Denn in sämtlichen Fällen geht es darum, den Magen-/Darmtrakt über einen Eingriff so „umzubauen“, dass dem Körper weniger Nährstoffe zugeführt oder durch den Körper weniger Nährstoffe aufgenommen werden können. Unterschiedlich sind nur die Techniken.

Wir haben zwei Verfahren für Sie im Einsatz. Beide werden minimalinvasiv (Knopfloch-Chirurgie) durchgeführt, so dass die körperliche Belastung möglichst gering ist.

SCHLAUCHMAGEN

Lösung 1: Der Schlauchmagen (Sleeve)

Ziel dieser Operation ist eine deutliche Verkleinerung des Magens. Um dies zu erreichen, wird er in Längsrichtung, also von oben nach unten, abgenäht. Übrig bleibt so ein schmaler Schlauch, dessen Fassungsvermögen um 2/3 reduziert ist.

Die Vorteile

- Deutlich früher einsetzendes Sättigungsgefühl
- Die Magenfunktion bleibt nahezu vollständig erhalten.
- Der Magen kann weiterhin sämtliche Nahrungsmittel aufnehmen.
- Reduktion der Entstehung des Hungerhormons „Ghrelin“.



MAGEN-BYPASS

Lösung 2: Der Magen-Bypass

Ziel dieser Operation ist neben einer massiven Verkleinerung des Magens auch die Veränderung der Nahrungswege. Dazu wird der Magen im oberen Bereich durchtrennt. Übrig bleibt eine Art „Vormagen“. Über einen Bypass (Umleitung) wird direkt mit dem unteren Teil des Dünndarms verbunden. Die Folge: der Dünndarm verarbeitet Nahrungssubstanzen nur noch in diesem Teil.

Die Vorteile

- Nicht nur die Nahrungsmenge, die überhaupt aufgenommen werden kann, reduziert sich. Es kann auch nur noch ein Teil davon verarbeitet werden.
- Insbesondere Kohlenhydrate und Fette werden vom Körper nicht mehr in gewohnter Form aufgenommen.
- Besonders geeignet für Diabetiker Typ II und bei Refluxkrankheit (Sodbrennen).





LÖSUNGEN

„Wenn Hunger nicht mehr das Problem ist,
ist Essen nicht mehr die Lösung.“

An Ihrer Seite durch Dick & Dünn IHRE ANSPRECHPARTNER

Uns ist es ganz egal, ob Sie Informationen für eine anstehende Operation benötigen oder Tipps für die Zeit danach. Vielleicht brauchen Sie unseren Rat-schlag bei Alltagsproblemen rund um das Thema Übergewicht. Oder einen Hinweis für den Umgang mit Ihrer Krankenkasse.

**Was Sie auch bewegen mag:
Wir sind immer für Sie da.**

PATIENTENSEMINAR „DAS MÜNSTERKONZEPT“

WEBINAR: 2x pro Woche laden wir Sie ein, sich bequem von zuhause aus zuzuschalten. Anmeldung via Website oder den QR Code.



PATIENTENSEMINAR „LIFE“: 1x im Monat heißen wir Sie im Herz-Jesu-Krankenhaus persönlich willkommen. Bitte melden Sie sich hierfür telefonisch an.



Dr. Canan Toksoy

Oberärztin für Viszeral-
chirurgie und Spezielle
Viszeralchirurgie
Leiterin des
Adipositas-Centrums



Prof. Dr. Daniel Palmes

Chefarzt der Klinik für
Allgemein- und Viszeral-
chirurgie



Petra Nowak

Centrumskoordinatorin
Telefon:
02501 - 17 2399
E-Mail:
**adipositas
@hjk-muenster.de**
Termine nach
telefonischer Vereinbarung

MÜNSTER

Dr. Barbara Stöckmann

Fachärztin für Innere Medizin
& Ernährungsmedizin
Salzstraße 29
48143 Münster
Telefon: 0251 - 435 70

MÜNSTER

Dr. Winfried Keuthage

Facharzt für Allgemeinmedizin,
Diabetologie & Ernährungsmedizin
Düesbergweg 128
48153 Münster
Telefon: 0251 - 777 58 88
www.diabetes-praxis-muenster.de

EMSDETTEN

Dr. Joachim Kamp

Arzt für Innere Medizin
& Ernährungsmedizin
Kirchstraße 23
48282 Emsdetten
Telefon: 02572 - 24 06
www.kamp-bilecen.de

TECKLENBURG

Dr. Birgit Schilling-Maßmann

Fachärztin für Allgemeinmedizin
& Ernährungsmedizin
Ostlandweg 4
49545 Tecklenburg
Telefon: 05481 - 939 90
www.praxis-leeden.de

OSNABRÜCK

Medicover Osnabrück MVZ

Dr. med. Peter Krege

Facharzt für Innere Medizin
& Ernährungsmedizin,
Diabetologe, Hypertensiologe
Möserstraße 4a
49074 Osnabrück
Telefon: 0541 - 349 660
www.medicover.de

ANSPRECHPARTNER



**ADIPOSITAS-CENTRUM
MÜNSTER**

im Herz-Jesu-Krankenhaus

HIER FINDEN SIE UNS

**Adipositas-Centrum Münster
im Herz-Jesu-Krankenhaus**

www.AdipositasCentrum.de

Herz-Jesu-Krankenhaus
Akademisches Lehrkrankenhaus der
Westfälischen Wilhelms-Universität
Münster

Westfalenstraße 109
48165 Münster-Hiltrup

www.hjk-muenster.de

**HERZ-JESU-KRANKENHAUS
MÜNSTER-HILTRUP**



Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster